

SPIERPIJN DOOR STATINES?

HOE ZIT DAT?

Heb je last van spierpijn of -kramp, zonder dat je je lichamelijk hebt ingespannen? Soms komt dat door medicijnen, zoals statines. Je bent niet de enige die deze cholesterolverlagers slikt en spierklachten ervaart. Lees meer over statines en spierklachten.

Medicijnen zijn belangrijk en kunnen veel goeds doen voor je gezondheid. Helaas hebben ze ook bijwerkingen. In het geval van statines zijn spierklachten, zoals spierpijn, spierstijfheid en spierkramp, bekende bijwerkingen. Natuurlijk is het niet de bedoeling om zomaar met een medicijn te stoppen als je last van hebt van deze klachten. Doe dat nooit op eigen houtje. Overleg met je arts; soms kan de dosering worden aangepast of kan een ander medicijn worden gekozen.

Cholesterolverlagers

Maar eerst, wat zijn statines precies? Statines remmen de vorming van cholesterol in de lever en verlagen het cholesterol- en vetgehalte in het bloed. Artsen schrijven het preventief voor bij een te hoog cholesterolgehalte of een combinatie van te veel cholesterol en te veel vet in het bloed. Ook bij mensen die een hartinfarct of herseninfarct hebben gehad, schrijven zij het voor om de kans op een nieuw infarct te verkleinen.

Spierklachten

Bij alle in Nederland geregistreerde statines kunnen spierklachten voorkomen. De klachten veroorzaken niet altijd kramp, stijfheid en spierpijn. Soms is er ook sprake van vermoeidheid, een zwak gevoel of rugpijn. Gelukkig ontstaat er maar zelden een ernstige vorm van spierproblemen, zoals een ontsteking van de spieren of spierafbraak. Naast spierklachten, zijn ook peesklachten zoals peesontsteking en peesscheuring in verband gebracht met statinegebruik.

Voorbeelden van statines zijn; atorvastatine (Lipitor), fluvastatine (Lescol), pravastatine (Selektine), rosuvastatine (Crestor) en simvastatine (Zocor). Ook komen deze middelen voor in combinatiepreparaten.

Wie hebben er meer last van?

Mensen met een verslechterde nierfunctie, een verminderde schildklierwerking of neuromusculaire aandoening (spier- en zenuwaandoeningen) hebben meer kans op het krijgen van spierklachten. Sommige andere medicijnen hebben een wisselwerking met statines. Die medicijnen kunnen de afbraak van statines remmen, zodat de hoeveelheid statine in het bloed stijgt en de kans op bijwerkingen groter wordt.

Welke medicijnen verhogen de kans op spierklachten?

Van simvastatine en atorvastatine is bekend dat in combinatie met onder andere de medicijnen ketoconazol en erythromycine er een verhoogde kans op spierklachten is. Naast medicijnen kan grapefruitsap ook een verhoogd risico op bijwerkingen geven.

Wat moet ik doen bij spierklachten?

Het is belangrijk om klachten met je huisarts te bespreken, want er kunnen ook andere oorzaken voor zijn. Lijken je klachten toch echt door de statines te komen, dan kan de arts besluiten om (tijdelijk) met het middel te stoppen of de dosis te verlagen.

Mag je er helemaal mee stoppen? Meestal heb je dan binnen twee maanden geen last meer van spierpijn, maar soms duurt het langer.

.....

**STOP NOOIT OP EIGEN
HOUTJE MET MEDICIJNEN**



WEETJES OVER STATINES

- Sommige statines moeten voor de nacht worden ingenomen, andere niet. Wat zit daar achter? Statines remmen de aanmaak van cholesterol. Ze remmen het enzym hydroxymethylglutarylco-enzym A-reductase (ofwel HMG-CoA-reductase), dat de snelheid van de cholesterol synthese bepaalt. Als dit enzym in de lever wordt geremd, worden de LDL-receptoren gestimuleerd. Die kunnen dan meer LDL-cholesterol uit de bloedbaan wegvangen. De activiteit van HMG-CoA-reductase is rond middernacht het hoogst. Dan moet dus ook de bloedspiegel van het statine 'pieken'. Daarom hangt het tijdstip van inname af van de halfwaardetijd.
- Fluvastatine, pravastatine en simvastatine hebben een halfwaardetijd van vier uur of korter: zij zijn snel uit het lichaam verdwenen. Het advies luidt om deze voor de nacht in te nemen.
- Atorvastatine en rosuvastatine hebben een langere halfwaardetijd en kunnen daarom op elk moment van de dag worden ingenomen.

NAAST MEDICIJNEN KAN GRAPEFRUITSAP OOK EEN VERHOOGD RISICO OP BIJWERKINGEN GEVEN

Je arts kan ook besluiten om een andere statine voor te schrijven. Sommige statines kunnen minder klachten geven dan andere. Dit verschilt per persoon.

Kun je door rode gistrijst ook spierklachten krijgen? Ja, je kunt ook door het gebruik van rode gistrijst, net als bij statines, last hebben van spierklachten als bijwerking. Dat komt doordat hierin een natuurlijke statine zit: monacoline K.

Nog meer over dit onderwerp weten?

Kijk dan op: <https://www.lareb.nl/geneesmiddel-kennis-pagina/Spierklachten+en+statinen>

Gerda Weits en Rike van Eekeren werken bij Bijwerkingencentrum Lareb.

